CHRONI
RATUJE

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

Nr. 7-my
Rok 1936



Akcja P. C. K. na Polesiu: p. Starościna Łyszczkowska, prezes Oddz. P. C. K. w Kamieniu Koszyrskim odwiedza najbiedniejszych mieszkańców w Chocieszowie.

(do art. na str. 115).

//

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

(Założony w 1919 roku)

Zarząd Główny:
Prezes Zarządu Gł. — b. Min. inż. Alfons Kühn
Wiceprez. Zarz. Gł. — Antoni Bogucki b. w.-marszałek Senatu.
Sekretarz Gener. — Anna Paszkowska
Skarbnik Zarz. Gł. — Wł. hr. Jezierski
Członek Zarz. Gł. — hr. M. Tarnowska
Członek Zarz. Gł.—Sędzia B. Kozłowski
Szef Sanitarny — Płk. Dr. Bolesław Szarecki.
Naczelny Dyr. — Dr. Bohdan Zakliński
Zast. Nacz. Dyr. — Leopold Rutkowski

TREŚĆ NUMERU.

SOMMAIRE.

OPŁATA POCZTOWA UISZCZONA RYCZAŁTEM.

Nr. 7-my WARSZAWA, WRZESIEŃ 1936 R. ROK XVI

Polski Czerwony Krzyż

CENTRALNY ORGAN POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA
WYDAWNICTWO MIESIĘCZNE

CROIX ROUGE POLONAISE
ORGANE CENTRAL DE LA CROIX ROUGE POLONAISE
REVUE MENSUELLE

Kom. Red.: Dr. B. Zakliński, Leopold Rutkowski, Dr. T. Dzierzkowski, M. Ulrichsowa. Redaktor: Z. Wołłowiczowa. Wydawca: Zarz. Głów. P. C. K.

Redakcja i Administracja: Warszawa, ul. Smolna 6, telefon Nr. 235-29, czynna codziennie od godziny 10—2 popołudniu. Konto w P. K. O. Nr. 10.540.
Prenumerata roczna 5 zł., zagranicą 1 dol.

XV-LECIE KÓŁ MŁODZIEŻY P. C. K.

Przed piętnastu laty, wzorując się na Stanach Zjednoczonych Ameryki Północnej, rozpoczęto organizować Koła Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża.

Dziś organizacja ta liczy paręset tysięcy młodzieży, a dalsze tendencje rozwojowe organizacji nie tylko nie słabną, lecz z roku na rok wzrastają.

Czemu to przypisać?

Przypisać należy wewnętrznej potrzebie młodej duszy dojrzewającego obywatela. Przykazania, nauki, przykłady — nie wystarczają żywej i pragnącej czynu umysłowości młodzieńca.

Pragnie on działać, aby mieć poczucie spełnienia dobrego uczynku, aby wypróbować swe zdolności, aby kształcić nietylko rozum i serce, ale i wolę.

I tego właśnie czynu, tego działania, dokonywać może nasz młody współobywatel w szeregach Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża.

Tu — hasła przeoblekają się w czyn i to jest dla młodzieży siłą atrakcyjną Czerwonego Krzyża, stąd też wynika spontaniczny niemal rozwój Organizacji.

Cieszącsię zatem z takiego stanu rzeczy, życzyć winniśmy sobie, aby Koła Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża ogarnęły całą naszą młodzież i tem samem przygotowały całe społeczeństwo do wytrwałej walki o zdrowie i higjenę szerokich mas, do pięknej i ofiarnej pracy ratowniczej, jakiej wymagają i wymagać będą ofiary katastrof żywiołowych i ofiary walk o całość granic Rzeczypospolitej.

Inż. A. Kühn

Prezes Zarządu Głównego P. C. K.



Współudział nauczycielstwa w rozwoju pracy Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża

Sumując z okazji XV-lecia działalność Kół Mł. P. C. K. rozległą w zakresie akcji i głęboko wartościową w swej treści, z prawdziwą wdzięcznością podkreślić musimy wielką ofiarną pracę nauczycielstwa.

Wszyscy zdajemy sobie dokładnie sprawę z tego, że jakiekolwiek byłyby nasze wysiłki w kierunku propagandy i rozwoju Kół Mł. P.C.K. jakkolwiek wzywalibyśmy i zachęcali młodzież do prowadzenia tego, lub innego działu pracy, zgóry musimy sobie powiedzieć, że ostateczny rezultat naszych zabiegów zależy od ustosunkowania się do naszej sprawy nauczycielstwa wogóle, a opiekunów Kół w szczególności. Ocenienie bowiem przez nich wartości wychowawczych pracy w Kołach, obudzenie zapału i wytrwałości do naszej akcji stanowi o rozwoju, lub upadku całego ruchu.

Na to jednak, żeby móc liczyć na ich poparcie, należy im ułatwić poznanie zasad naszej działalności i wniknięcie w ideologię Czerw. Krzyża, trzeba im dać możność odczucia tego zadowolenia, jakie daje poczucie dobrze spełnionego zadania, i wreszcie trzeba im dać możność wypowiedzenia ich cennych rad i uwag. Ideologia Czerwonego Krzyża choć zdawałoby się dość popularna, na prawdę mało jest jeszcze rozumiana przez społeczeństwo, a metody naszej pracy mało są znane.

Niejednokrotnie zdarzają się wypadki, że Koło świetnie prosperujące, stawiane za przykład innym, raptem przestaje wykazywać swą działalność. Przyczyny doszukujemy się łatwo. Dotychczasowy opiekun, dawny nasz cenny współpracownik zachorował, lub został przeniesiony do innej szkoły. Wprawdzie rolę opiekuna Koła objął inny nauczyciel, ale brak doświadczenia i dawnego zapału odbija się już na rezultatach pracy Koła.

W naszym więc przedewszystkiem interesie leży z jednej strony umożliwienie tym bezinteresownym krzewicielom idei Cz. Krz. pogłębienia wiadomości z dziedziny naszych zadań i ideologii, a z drugiej strony wyko-

rzystanie ich umiejętności zawodowych i doświadczeń, wynikających z bezpośredniego obcowania z młodzieżą.

W zrozumieniu konieczności tego bezpośredniego kontaktu i potrzeby wymiany myśli tak niezbędnej do rozwoju pracy zbiorowej, szereg Komisyj Okręgowych organizowało w ostatnich latach zjazdy opiekunów z terenu Okręgu, lub Zjazdy rejonowe, obejmujące tereny paru, lub kilku oddziałów. Pierwszy taki zjazd odbył się jeszcze w 1932 roku na terenie Komisji Okręgowej Łódzkiej, jako zjazd opiekunów oddziału Radomskowskiego. W ślad za nim Warszawska Komisja Okręgowa zorganizowała b. liczny zjazd opiekunów z całego Okręgu przy współudziale delegatów z całej Polski. Następne zjazdy organizowały Kom. Okr. w Lublinie, Siedlcach, Brześciu n/B. i Wilnie. Komisje Okręgowe w Poznaniu i Toruniu ze względu na trudności techniczne i komunikacyjne organizowały po kilka zjazdów rejonowych. Niektóre Komisje Oddziałowe, posiadające na swych terenach liczne Koła, jak Łask, urządzały zjazdy oddziałowe.

Na wszystkich tych zjazdach wygłaszane były referaty opracowane na tematy związane z zasadniczemi działami pracy Kół, higieną, pracą społeczną i korespondencją międzyszkolną, referaty omawiające zadania Czerw. Krzyża w dobie obecnej, genezę i historję organizacji, rolę opiekunów Kół, zagadnienia organizacyjne, propagandowe itp.

To są tematy, które z konieczności muszą



Wspólnym wysiłkiem pod znakiem Czerw. Krzyża.

być omówione na Zjazdach, odbywających się na danym terenie po raz pierwszy. Dotychczaas niestety, żadna z Komisyj nie powtórzyła jeszcze zjazdu okręgowego, choć właściwie dążeniem władz Czerwonego Krzyża powinno być, aby zjazdy takie odbywały się w każdym okręgu corocznie i aby na nich dyskutowane były dalsze programy prac i metody ich prowadzenia.

W zrozumieniu też konieczności utrzymania tego bezpośredniego kontaktu z opiekunami, którego nie mogą dokonać dorywcze wizytacje, niektóre Komisje wydają biuletyny i pisma dla opiekunów, przeznaczone na omówienie spraw bieżących. W tym też celu Komisja Główna, począwszy od bieżącego miesiąca, przystąpiła do wydawania przy miesięczniku „Czyn Młodzieży P. C. K." dodatku dla opiekunów, w którym obok wiadomości organizacyjnych znaleźć się powinny głosy czytelników, poruszające wszelkie zagadnienia, związane z rozwojem naszej pracy.

To nowe poczynanie jest niewątpliwie dowodem należytej oceny roli opiekuna Koła i wartości jego bezinteresownego współdziałania.

Marja Bortnowska.

Czerwony Krzyż i neutralność

Prezes Międzynarodowego Komitetu C. K. wybitny prawnik, p. Max Huber, napisał dla Międzynarodowego Przeglądu C. K artykuł niniejszy dotyczący zagadnień ściśle związanych z rolą i zadaniem Czerwonego Krzyża. Międzynarodowy Komitet zwrócił się do Narodowych Czerwonych Krzyży z prośbą o umieszczenie tego sztandarowego artykułu na łamach pism czerwonokrzyskich. (Przypisek Redakcji).

Co oznacza neutralność.

Pojęcie neutralności należy przedewszystkiem do dziedziny prawa międzynarodowego, słowo „neutralność" oznacza stanowisko państwa nie biorącego udziału w wojnie w stosunku do państw wojujących. W dziedzinie moralnej pojęcie neutralności oznacza przestrzeganie stanowiska bezstronnego wobec rozbieżnych lub też wręcz przeciwnych prądów duchowych.

Pojęcie bezstronności jest ściśle połączone z pojęciem neutralności.

Zasada neutralności była zawsze rdzennie związana z ideą Czerwonego Krzyża. Pierwsza Konwencja Genewska z dnia 22.8.1864 r. ogłosiła neutralność ambulansów i szpitali wojskowych wraz z przydzielonym im personelem. Konwencja orzekła przez to, że zakłady i osoby, przeznaczone dla niesienia pomocy rannym i chorym, oraz ci sami ranni i chorzy winni być uważani przez strony wojujące jako nietykalni. Jednocześnie Konwencja orzekła, że powyższe zakłady wraz z personelem nie mogą uczestniczyć w działaniach wojennych.

Konwencja Genewska ustala również zasadę, na mocy której ranni i chorzy winni być pielęgnowani bez różnicy narodowości. Czerwony Krzyż nie uznaje wrogów.

Pozatem zasada neutralności przeniknęła jeszcze do Czerwonego Krzyża inną drogą. Odruch, wywołany przez pierwszą Konferencję Genewską w roku 1863, dążył do stworzenia we wszystkich państwach komitetów, któreby zorganizowały dobrowolną akcję pomocy. Zwrócono się w tym celu do wszystkich warstw społeczeństwa, pragnąc zjednoczyć w każdym narodowym Cz. Krzyżu osoby dobrej woli, bez różnicy płci, wyznania lub poglądów politycznych.

Zawdzięczając podobnie zrozumianej neutralności, narodowe Czerwone Krzyże miały możność występowania w wypadkach, w których inne organizacje o charakterze politycznym lub wyznaniowym natrafiłyby na nieprzezwyciężone przeszkody. Ów charakter neutralny i apolityczny pozwala również narodowym Czerwonym Krzyżom występować bezstronnie i bezinteresownie, gdy podczas wojny lub na wypadek klęsk spieszą nieść pomoc poza granicami swego kraju.

Międzynarodowy Kom. C. K. i neutralność.

Zasady powyższe są pilnie przestrzegane przez wszystkie Towarzystwa Czerwonego Krzyża oraz przez Ligę Czerwonych Krzyży, będącą związkową organizacją czerwonokrzyską. Posiadają one również pierwszorzędne znaczenie dla Międzynarodowego Komitetu Czerwonego Krzyża. Działalność Komitetu dotyczy przedewszystkiem sytuacyj, zrodzonych przez wojnę, wobec tego jak najdalej posunięta neutralność w stosunkach międzynarodowych jest konieczna.

Komitet ukonstytuowany w roku 1863 przez obywateli genewskich przewidział w swym statucie, że będzie rekrutowany przez kooptację wśród obywateli szwajcarskich. Wszedł odrazu w życie jako „Komitet Międzynarodowy", pomimo, iż skład jego członków był wyłącznie szwajcarski. Słowo „międzynarodowy" stosuje się zatem nie do jego składu, lecz do jego działalności, ponieważ pracuje na polu międzynarodowym.

W pierwszej chwili podobny stan rzeczy może się wydać paradoksalny — należy jednak wziąć pod uwagę następny fakt historyczny: Czerwony Krzyż powstał, zawdzięczając Komitetowi Genewskiemu, który urzeczywistnił szlachetną myśl Henryka Dunant. Poza tem wiekowa neutralność Szwajcarji przedstawia specjalną gwarancję dla Międzynarodowego Komitetu Czerwonego Krzyża; nie ulega bowiem wątpliwości, że Komitet, złożony z obywateli szwajcarskich i mający siedzibę w Szwajcarji, korzysta na wypadek wojny z daleko większej swobody działania, aniżeli gdyby miał swe siedlisko w innem państwie i posiadał w swem łonie przedstawicieli narodowych Towarzystw Czerwonego Krzyża.

Humanitarna działalność Cz. Krzyża.

Aby dobrze zrozumieć całą doniosłość neutralności Czerwonego Krzyża wogóle i Międzynarodowego Komitetu w szczególności, nie należy nigdy zapominać, że akcja Czerwonego Krzyża jest przedewszystkiem akcją humanitarną, mającą na celu niesienie ulgi cierpieniom ludzkim. Zasadnicza działalność Czerwonego Krzyża na polu wojny, przewidziana przez Konwencję Genewską, pomimo, iż została teraz uzupełniona, a nawet prześcignięta przez liczne działalności pokojowe — stanowi zawsze główny obowiązek Czerwonego Krzyża. Cała ta akcja humanitarna winna być uprawiana względem każdego i we wszelkich okolicznościach, czyli nawet w wypadku najważniejszym — podczas wojny, gdy człowiek bywa tak tragicznie pociągnięty do zajęcia stanowiska w jednym lub drugim obozie. O ile Czerwony Krzyż chce wszystkim pomagać, prowadząc swoją działalność w środowiskach najbardziej odmiennych i wrogo względem siebie usposobionych — powinien wzbudzać wszędzie bezwzględną pewność moralną i utrzymywać wszędzie stosunki pełne zaufania. Zdobędzie to zaufanie wtedy tylko, gdy, pracując z całkowitą bezinteresownością, nie będzie nigdy służył, nawet ubocznie, interesom jednych przeciwko drugim.



Max Huber, prezes Międzynarodowego Komitetu Czerwonego Krzyża.

Międzynarodowe organy Czerwonego Krzyża, przejęte tymsamem ideałem, któremu służą narodowe Cz. Krzyże, winny zatem, dla utrzymania w całej pełni swej neutralności i bezstronności — zachowywać nieraz pewną powściągliwość w działaniach. Dotyczy to szczególnie Międzynarodowego Komitetu, któremu przypada specjalna misja pośrednictwa podczas wojny lub też na wypadek wojny domowej i rozruchów wewnętrznych.

O naruszeniach Konwencji.

Czerwonemu Krzyżowi zależy na tem, by działalność jego była zabezpieczona przez traktaty międzynarodowe. Pierwsze wysiłki twórców Czerwonego Krzyża doprowadziły do zwołania dyplomatycznej konferencji z roku 1864, podczas której powstała Konwencja Genewska. Od tej chwili Czerwony Krzyż żywo się interesował wszelką inicjatywą, zmierzającą do tego, by wojnę uczynić bardziej ludzką, by ją ograniczyć, a ostatecznie by ją skasować. Można śmiało twierdzić, że Konwencja Genewska spowodowała ów wielki rozwój prawa międzynarodowego, który się przyczynił do zorganizowania Pokoju przez Ligę Narodów i przez pakty, które ją dopełniają.

Oczywiście Międzynarodowe Konwencje posiadają znaczenie o tyle, o ile są przestrzegane. Międzynarodowy Komitet obowiązany jest zatem przyjmować wszelkie skargi, dotyczące rzekomych przekroczeń Konwencji. Skargi powyższe zgłaszane są przeważnie przez Towarzystwa Czerwonego Krzyża, lecz Międzynarodowy Komitet przyjmuje również wszelkie uzasadnione zażalenia, dotyczące spraw humanitarnych. Międzynarodowy Komitet zachowuje prawo inicjatywy i może występować w niektórych wypadkach, które jeszcze nie spowodowały protestu, lecz według zdania Komitetu, uprawniają go do samorzutnego wystąpienia.

Lecz nawet w wypadkach pogwałcenia Konwencji — Międzynarodowy Komitet nie zamierza występować jako sędzia. Nie jest bowiem instancją prawną i zresztą nie posiada środków niezbędnych do przeprowadzenia stwierdzeń, które jedynie pozwoliłyby wydawać sądy. Zasadniczo Komitet ogranicza się do przekazania protestu własnego, lub też pochodzącego z innego źródła Czerwonemu Krzyżowi tego kraju, do którego skierowany jest zarzut o pogwałcenie Konwencji. Korespondencja ta bywa zazwyczaj ogłaszana przez Międzynarodowy Komitet nawet, jeżeli nie otrzymano odpowiedzi na poczynione zarzuty. Niepodobna jednak ustalić jednostajnej i niezłomnej zasady co do trybu postępowania. Czerwony Krzyż i Międzynarodowy Komitet winny wykazywać wielką oględność i opanowanie, nie z powodu obojętności lub braku odwagi, lecz ze względu na odpowiedzialność, spoczywającą na organizacji, która winna zawsze służyć wszystkim stronom gwarancją objektywnego sądu oraz postępowaniem, będącem poza nawiasem wszelkiej partyjności politycznej lub innej.

Delegaci Międzynarodowych Czerwonych Krzyży i Międzynarodowego Komitetu byli nieraz zapraszani do zwiedzania obozów jeńców. Wykazane zaufanie obowiązuje Czerwony Krzyż do bezwzględnej dyskrecji. Wszelkie wiadomości, zebrane pośrednio lub bezpośrednio, na zasadzie tego zaufania, winny służyć wyłącznie dla celów humanitarnych, nigdy zaś dla celów politycznych.

Czy dana wojna jest słuszna czy niesłuszna.

Przy obecnym stanie prawa międzynarodowego, neutralność Czerwonego Krzyża staje przed trudnem i drażliwem zagadnieniem. W chwili powstania Konwencji Genewskiej z r. 1864 — prawo międzynarodowe nie odróżniało wojen słusznych od niesłusznych. Prawo ludzkie przyjmowało wojnę, jako objaw suwerenności państwa. Stanowisko Czerwonego Krzyża nie miało być uzależnione od przyczyn wojny. Obecnie Liga Narodów postawiła prawo wojny na innej płaszczyźnie. Pakt „Briand-Kellog" usunął wojnę, jako środek polityki narodowej, pakt zaś „Ligi Narodów" uczynił pierwszy wysiłek ku zorganizowaniu zbiorowej reakcji przeciwko wojnom niesłusznym. Powstaje możliwość zadania pytania czy Czerwony Krzyż zachowa neutralność względem stron wojujących, które chwyciły za oręż, nie dotrzymując zobowiązań ograniczających lub wykluczających prawo do wojny.

Lecz humanitarny cel Czerwonego Krzyża winien górować nad wszelkiemi względami. Zasadnicza działalność Czerwonego Krzyża, okazywanie pomocy wszystkim ofiarom wojny, nie może być uzależniona od tego, czy dana wojna jest słuszna, czy niesłuszna. *Res sacra miser* zachowuje swoją doniosłość we wszelkich okolicznościach. Interwencja Czerwonego Krzyża jest przewidziana na wypadek wojny domowej lub rozruchów wewnętrznych, gdy rzekoma słuszność zbrojnego zatargu wywołuje najzacieklejsze spory.

Zasada, że Czerwony Krzyż może działać w każdej wojnie międzynarodowej, została uznana przez Ligę Narodów w uchwale z dnia 4.10.1921 roku. Prawo, ustanowione przez Konwencję Genewską, obowiązują wszystkie strony wojujące.

Inter arma caritas.

Jeżeli w stosunku do nieszczęść, spowodowanych przez każdą wojnę — pomoc, świadczona przez Czerwony Krzyż, wyda się błahą i nieznaczną — nie należy oceniać tej akcji wyłącznie pod kątem praktycznym. Akcja Czerwonego Krzyża dla rannych i chorych żołnierzy oraz dla ludności cywilnej posiada jeszcze inne doniosłe znaczenie, wzmacnia uczucia ludzkiej solidarności, nawet wtenczas, gdy ład międzynarodowy jest zakłócony i gdy prawa, mające ograniczać okropności wojny — są zakwestjonowane. Ostatni most, przerzucony przez Czerwony Krzyż pomiędzy narodami walczącymi, nabiera ogromnego znaczenia. Należy czuwać, by nie runął, należy go uchronić od gwałtu, czuwając nad tem, aby dwa główne wiązania: neutralność i bezstronność — nie załamały się pod naporem rozkiełzanych namiętności.

Neutralność, ów główny żywioł Czerwonego Krzyża, nakłada nie tylko ciężary i odpowiedzialności, lecz również ofiary. Ludzie, którzy poświęcają się temu zadaniu, są wystawieni na krytykę i na zarzuty. Zasady Czerwonego Krzyża są bardzo proste, lecz stosowanie tych zasad w sytuacjach drażliwych, nieraz tragicznych i trudnych do przewidzenia — nie jest łatwe. Być może, że ci, którzy są powołani do czynu, popełniają nieraz błędy, lecz usiłują oni przyjmować krytyki i wskazówki w duchu objektywnym i z tem zrozumieniem, które winno kierować każdą akcją Czerwonego Krzyża. Czerwony Krzyż nie ustanie nigdy w pracy, zmierzającej do jaknajlepszego wykonania swej misji humanitarnej, spełnianej pod znamiennem godłem, oznaczającem tak wielkie odpowiedzialności, lecz również tyle nadziei i tak wielkie obietnice.





Rozdawanie produktów żywnościowych przez Piński Oddz. P.C.K.
w Parszewiczach w Zalesiu.

Pomoc dla Polesia

Na wiosnę roku bieżącego w całej Polsce szerokim echem rozległo się wołanie o pomoc dla głodującego Polesia. Najszersza opinia publiczna poruszona była wieścią o niesłychanej nędzy wsi poleskiej, zwłaszcza w okresie wczesnego przednówka. Oczywiście wślad za głodem przyszła druga klęska — tyfus. Polski Czerwony Krzyż przy finansowej pomocy Min. Op. Społ. podjął za pośrednictwem swych Oddziałów w Okręgu Poleskim szeroką akcję pomocy dla ludności tamtejszej, zarówno w dożywianiu, jak i zwalczaniu szerzącej się epidemii. Wysłano wówczas 5 tysięcy kg. cukru, 15 tysięcy kg. mleka skondensowanego, 200 kg. mydła, znaczne ilości odzieży i bielizny. Ponadto przedsięwzięto potrzebne prace dla opanowania panującego tyfusu.

Zdawało się, że po żniwach sytuacja na Polesiu ulegnie znacznej poprawie. Niestety, wycieńczona długotrwałym niedostatkiem ludność — zwłaszcza dzieci, padły ofiarą drugiej klęski — mianowicie czerwonki, która w wielu miejscowościach Polesia przybrała już rozmiary epidemii. Do Zarządu Głównego P. C. K. zaczęły znowu napływać listy, przeważnie od nauczycielstwa z wołaniem o pomoc dla dzieci. Śmiertelność wśród nich na czerwonkę jest dość znaczna, a rekonwalescencja częstokroć beznadziejna, spowodu niemożności racjonalnego odżywiania po wyniszczającej organizm chorobie. Okręg Poleski zorganizował zatem punkty odżywiania, gdzie wydaje się gotową strawę dla rekonwalescentów w głównej mierze dzieci. Punkty takie uruchomiono w miejscowościach: Horodno, Biełousy, Woronie, Płotnica, Kołodne, Wysock, Berezów i Stolin-miasto. Jednocześnie Zarz. Gł. wysłał 4 siostry P.C.K. w teren dla pielęgnacji chorych na miejscu.

Zarząd Główny P. C. K. przesłał do dyspozycji Okręgu Poleskiego 3 tysiące kg. mąki, 1.000 kg. ryżu, 1.000 kg. kaszy, 20 kg. mięszanki zbożowej (kawy), 1 kg. herbaty, 10 kg. mydła oraz 1.430 złotych gotówką na zakup jarzyn, tłuszczów i koszta urządzenia punktów.

Miejscowe czynniki społeczne z najwyższą gorliwością zajęły się organizacją rozdawnictwa żywności wśród głodujących.



Grupa biednych dzieci obdarzonych przez P.C.K.
w Stolinie.



Czuczewicze, Czerwiec 1936.
Polski Czerwony Krzyż rozdaje cukier.

Wyróżnia się w tej pracy sprężystością Zarząd Oddziału Kamień-Koszyrski z niestrudzoną przewodniczącą panią Starościną Łyszczkowską na czele.

Nie można pominąć milczeniem poważnej pomocy i współpracy, którą niosą swym ubogim rówieśnikom Koła Młodzieży w Okręgu Poleskim, jak również współudziału zawsze ofiarnego nauczycielstwa. Kierownik szkoły i Opiekunka Koła Młodz. P. C. K. w Stolinie nietylko zaalarmowali niedolą swoich wychowanków Zarząd Główny P. C. K., ale uciekli się nawet do interwencji radiowego przyjaciela Polesia — Dr. Mariana Stępowskiego,— aby tym skuteczniej uzyskać pomoc dla małych ofiar klęski.

Mamy nadzieję, że epidemję groźnej choroby dzięki energii czynników administracyjnych i społecznych uda się w krótkim czasie opanować. Opieka i pomoc dla ludności Polesia muszą jednak wobec zbliżającej się jesieni i zimy, zyskać raczej na intensywności i to na cały okres chłodów. To też należałoby ku tej krainie niedoli skierować wysiłki wszystkich Okręgów P. C. K. oraz zwrócić uwagę i pobudzić ofiarność dziatwy z pod znaku Czerw. Krzyża. Wszystko to, co dla dzieci zamożniejszych okolic kraju może już być nieużytecznym, czy to odzież, czy bielizna, czy książki lub przybory szkolne, stanie się niewątpliwie dobrodziejstwem dla małych, biednych Poleszuków. Organizację zbierania ofiar w naturze dla Polesia, należałoby podjąć jako programową pracę w dziedzinie humanitarnej z samym początkiem roku szkolnego, żeby jesienne chłody nie zastały już Poleskiej dziatwy szkolnej obdartą i bosą. O podwójnym darze tego, kto prędko daje, pamiętajmy — my dorośli — i dzieci z całej Polski.

M. Ulrichsowa.

ś. † p.

STANISŁAW MOSKALEWSKI



W chwili, gdy kończyliśmy drukowanie niniejszego numeru, nadeszła żałobna wieść o nagłym zgonie ś. p. Stanisława Moskalewskiego, prezesa Komisji Okręgowej Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża w Poznaniu.

Z szeregu Czerwonokrzyskich działaczy ubył człowiek wielkiej wartości ideowej, który, wycofawszy się od kilku lat z szerszej widowni życia społecznego, poświęcił jednak wiele trudu Czerwonemu Krzyżowi, dla którego pracował z wielkim poświęceniem, początkowo jako vice-prezes Zarządu Okręgu Wielkopolskiego, następnie jako prezes Komisji Okręgowej Kół Młodzieży.

Pełen miłości i zrozumienia dla młodzieży, Zmarły wielce się przyczynił do rozwoju Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża w Wielkopolsce.

Cześć Jego pamięci!



O Ratownictwie przeciwgazowem

Młodzież Czerwonokrzyska a Obrona Państwa

Od szeregu lat śledząc rozwój Kół Młodzieży P. C. K., pozwalam sobie dzisiaj z okazji roku jubileuszowego 15-lecia podzielić się z czytelnikami myślami swemi oraz odsłonić rąbek skromnej a pełnej młodzieńczego zapału pracy młodzieży.

Szeregi młodzieży czerwonokrzyskiej zwłaszcza w ostatnich latach znacznie wzrosły, tworząc armję gotową w każdej chwili ratować zagrożone życie bliźniego.



Młodzież intuicyjnie wyczuwa, że w dzisiejszych czasach, kiedy to na całym świecie odbywa się niepohamowany wyścig zbrojeń, a lada konflikt rozpętać może zawieruchę wojenną — że i ona zmuszona będzie brać czynny udział w obronie Ojczyzny.

Dlatego też psychika młodzieży nastawiona jest na pracę rzeczową, o dużej wartości praktycznej, a same hasła nie zaspokoją jej ambicji i pędu do czynu.

Rozumiejąc powyższe, Warszawska Okręgowa Komisja Kół Młodzieży P.C.K. cztery lata temu zdecydowała wprowadzić w życie nowy program pracy, którego zasadniczym celem jest krzewienie podstawowych zasad higjeny wśród młodzieży, oraz przeszkolenie jej w zakresie udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach.

Zawdzięczając przychylnemu poparciu władz szkolnych, oraz ofiarnej pomocy nauczycielstwa, organizacja pracy na terenie Kół jest sprawna i z każdym rokiem bardziej się udoskonala.

Krzewienie podstawowych zasad higjeny ujmujemy tak, by młodzież praktycznie wcielała je w życie.

Konkursy zdrowia, pogadanki i referaty z zakresu higjeny, życie szkoły pod pewnemi hasłami higjenicznemi, wzajemna kontrola czystości osobistej, troska o czystość w umywalkach, łazienkach, jadalniach i t. p.—oto są główne metody praktycznego zaznajamiania młodzieży z higjeną.

Uświadomiona młodzież dba o swe zdrowie, przestrzega nieraz i starsze pokolenie.

Wiemy dobrze, jak w wielu szkołach panującą wzorową czystość zarówno osobistą, jak i pomieszczeń, zawdzięczamy staraniom młodzieży czerwonokrzyskiej.

W bieżącym roku szkolnym postanowiliśmy usprawnić dział higjeny i ująć go w ściślejsze ramy organizacyjne.

Grono lekarzy szkolnych z p. wizytatorem d-rem Mitkiewiczem na czele, opracowało program kursów w zakresie higjeny zarówno dla opiekunów Kół, jak i dla pewnej liczby młodzieży, które w roku bieżącym zostaną zrealizowane.

Krzewiąc zasady higjeny, podnosimy kulturę dziecka, oddziaływujemy przez nie na jego otoczenie, podnosimy zarówno sprawność psychiczną, jak i fizyczną, tworzymy zdrowego obywatela, wytrzymałego i odpornego na wszelkie trudy i choroby.

Drugi dział naszej pracy — to organizowane od 4-ch lat kursy ratownictwa ogólne-

go i przeciwgazowego dla młodzieży czerwonokrzyskiej szkół średnich i powszechnych na terenie m. Warszawy. Zyskały one dużą popularność.

Dzisiaj możemy poszczycić się, że przeszkoliliśmy już kilka tysięcy młodzieży.

Zgłoszenia na uruchomienie kursów są tak liczne, że np. w roku ubiegłym, z braku odpowiedniej liczby wykładowców w wielu szkołach nie odbyły się kursy.

Aby zbytnio nie obciążać młodzieży szkolnej, przeznaczamy na cały kurs (część teoretyczna i praktyczna) ogółem 30 godzin.

W roku bieżącym zamierzamy uruchomić 40 kursów w pierwszej połowie października.

Jako Kierownik omawianych kursów, miałem możność wielokrotnie osobiście zetknąć się z młodzieżą w czasie odbywających się końcowych egzaminów i stwierdzić mogę, że wyniki przeszkolenia są zadowalające.

Wprost podziwiałem rzeczowe odpowiedzi na zadawane nieraz trudne pytania oraz sprawne wykonywanie zleconych zabiegów lub opatrunków. Na terenie ubezpieczalni społecznej miałem możność zetknąć się z rodzicami wielu naszych uczniów. Z uznaniem odzywają się o pracy P. C. K. na terenie szkół, bo i w domu chłopak, czy dziewczyna w wypadku choroby potrafią sobie poradzić.

A jeden z kolegów - lekarzy zarzucił mi nawet, że przeszkalając młodzież w ratownictwie, odbieram „kawał chleba" zawodowym pielęgniarkom, bo oto udzielił porady jakiejś chorej matce i zalecił postawić suche bańki. Naraz wysuwa się drobna postać uczenicy 6-go oddziału szkoły powszechnej, która z dumą oświadcza, że pomoc pielęgniarki jest zbyteczna, bo nauczyła się na kursach P. C. K. wykonywać ten zabieg.

W czasie odbywających się wycieczek szkolnych nie może być mowy o panice lub bezradności, jeśli w gronie biorących udział w wycieczce znajdzie się przeszkolony członek Koła P. C. K. Daje to rękojmię szybkiej i skutecznej pierwszej pomocy w nagłym wypadku.

Młodzież nasza szczególnie interesuje się ratownictwem przeciwgazowem. Odróżnia rodzaje gazów trujących i ich działanie na ustrój, oraz wie, jak należy ratować zagazowanych.

Organizacja kursów wysunęła konieczność tworzenia kadr doświadczonych i chętnych do bezinteresownej pracy instruktorów. Poradziliśmy sobie, zwracając się do młodzieży akademickiej, nadającej się najbardziej do wspomnianej pracy.

Na pierwsze moje wezwanie stanęło 120 wojskowych akademików wydziału lekarskiego.

Młodzież ta, pełna zapału i ofiarności, często z uszczerbkiem dla swego wolnego czasu, chętnie współpracuje z nami, udając się na krańce Warszawy do poszczególnych Kół Młodzieży P. C. K., by tam w terenie krzewić zasady higjeny, oraz przygotowywać młodzież w dziele ratownictwa.

Młodzież szkolna życzliwie przyjmuje swych młodych wykładowców, nieraz zdetonowanych pierwszym występem na polu pedagogicznem. A już przy zakończeniu kursu rozczulili swego nauczyciela skromnym upominkiem pod postacią małego albumiku lub wiązanki kwiatów.

W rozmowie z wielu młodymi kolegami zapytywałem, czy zadowoleni są z podjętej przez siebie pracy. Odpowiedź szczera, żołnierska: „nie przypuszczałem, że tak mnie porwie ta praca, doznaję wielkiego zadowolenia, spełniając obowiązek obywatelski. Poza tem praca ta daje mi wielkie korzyści osobiste, bo oto zmuszony jestem do gruntownego przestudjowania przedmiotu i przygotowania się do wykładów. Wyrabiam pewność siebie i rutynę, zwalczyłem onieśmielenie, nabyłem gruntownej znajomości przedmiotu i umiejętnego podejścia do młodzieży. Utrzymująca się frekwencja na kursach oraz olbrzymie zainteresowanie słuchaczów są podnietą w pracy, a zarazem nagrodą".

Nie mogę jeszcze tu pominąć poważnej rzeszy bezinteresownych pracowników czerwonokrzyskich. Zawsze podziwiam liczny udział naszego nauczycielstwa, które przecie tak niepomiernie jest obciążone swoją pracą zawodową. Wprost zaskoczony byłem szlachetną inicjatywą opiekunów Kół Młodzieży P. C. K., domagających się zorganizowania dla nich specjalnego kursu ratownictwa.

Podobne kursy odbywają się corocznie.

Nauczycielstwo w charakterze opiekunów Kół Młodzieży P. C. K. stanowi najpoważniejszą kadrę pracowników, wprowadzających w czyn hasła czerwonokrzyskie.

Szeregi opiekunów Kół Młodzieży P.C.K. zwiększają się w miarę wzrastania liczby Kół. Nie brak też w szeregach opiekunów i lekarzy szkolnych.

Niechże wyniki tej pracy będą zachętą do podwojenia energji w rozwoju wychowania społecznego młodzieży.

Poruszony przezemnie dział pracy stanowi niejako cząstkę olbrzymiego zadania przygotowania społeczeństwa do obrony Państwa. Zachęcam przeto wszystkie Komisje Okręgowe Kół Młodzieży P. C. K., na terenie których organizacja kursów jeszcze nie została podjęta, aby zapoczątkowały w tym roku jubileuszowym intensywną pracę w kierunku zaznajomienia młodzieży z ogólnemi zasadami higjeny i ratownictwa.

Placówki P. C. K. stanowią wdzięczne, a zarazem korzystne pole dla pracy społecznej, dające duże zadowolenie.

Niech nas tylko więcej będzie gotowych do czynu.

ppłk. d-r Antoni Fiumel.

W służbie P. C. K.







W Sędziszewie. Podpisywanie aktu erekcyjnego. Ćwiczenia pokazowe drużyn ratow. P. C. K.

OKRĘG KIELECKI.

JAK PRACUJE KOŁO P. C. K. W SĘDZISZEWIE.

Należą się słowa prawdziwego uznania energicznej, pełnej poświęcenia pracy Koła Polskiego Czerwonego Krzyża w Sędziszewie (powiat Jędrzejewski). Przy poparciu zarządu oddziału Jędrzejewskiego przeprowadzony został w Sędziszewie na wiosnę roku bież. drugi z kolei kurs ratownictwa ogólnego i przeciwgazowego o programie drużyn ratowniczych PCK. Na kurs zgłosiło się ogółem 50 osób. Kierownictwo kursu i przeprowadzenie całego programu spoczywało w rękach instruktora okręgowego pana Krzemińskiego. Zajęcia na kursie obejmowały 33 godziny.

Dnia 7.VI r. b. odbył się w Jędrzejowie zlot drużyn ratowniczych na który udała się również drużyna z Sędziszowa, która wykazała niezwykłą sprawność w ćwiczeniach i podczas pokazu. Zarząd oddziału PCK. w Jędrzejowie postanowił uczcić te zasługi przez wręczenie zasłużonej drużynie sztandaru czerwonokrzyskiego. Na zakończenie „Tygodnia" przybył do Sędziszewa przedstawiciel zarządu oddziału w Jędrzejowie p. sędzia Bałuka. Po nabożeństwie, wobec licznie zgromadzonej publiczności, przed lokalem zarządu gminnego, przy udziale duchowieństwa i organizacji jak: straży ogniowej, drużyny samarytańskiej itd. instruktor okręgowy p. Krzemiński odczytał akt erekcyjny. Pan Sędzia Bałuka przemówił wzniośle do drużyny ratowniczej i podkreślił, że w uznaniu jej pracy wręcza na ręce p. prezesa Koła Bolesława Dobrowolskiego sztandar czerwonokrzyski nadesłany przez Oddział w Jędrzejowie.

Po uroczystem wręczeniu sztandaru odbyła się defilada drużyny, oddziału straży ogniowej i drużyny samarytańskiej przed sztandarem czerwonokrzyskim i gronem przedstawicielstwa PCK., przyczem grała miejscowa orkiestra. Następnie cały pochód licznie zgromadzonej publiczności podążył przy dźwiękach muzyki przez rynek na plac targowicy. Tu kierownik uroczystości p. instruktor okr. Krzemiński wygłosił dłuższe przemówienie do zgromadzonej publiczności o idei i celach PCK., podkreślając konieczność współpracy całego społeczeństwa z PCK. i zachęcając zgromadzonych do wpisania się na członków Koła miejscowego PCK.

Przemówienie p. instruktora spotkało się z wielkiem uznaniem zebranej publiczności. Następnie orkiestra odegrała hymn narodowy. W dalszym ciągu uroczystości odbyły się ćwiczenia drużyny ratowniczej PCK., przebieg pokazów i ćwiczeń był przyjmowany oklaskami. Na zakończenie opuszczono maszt przy dźwiękach hymnu narodowego, drużyna odśpiewała jeszcze hymn PCK.

OKRĘG ŁÓDZKI.

„TYDZIEŃ P.C.K." W ŁODZI.

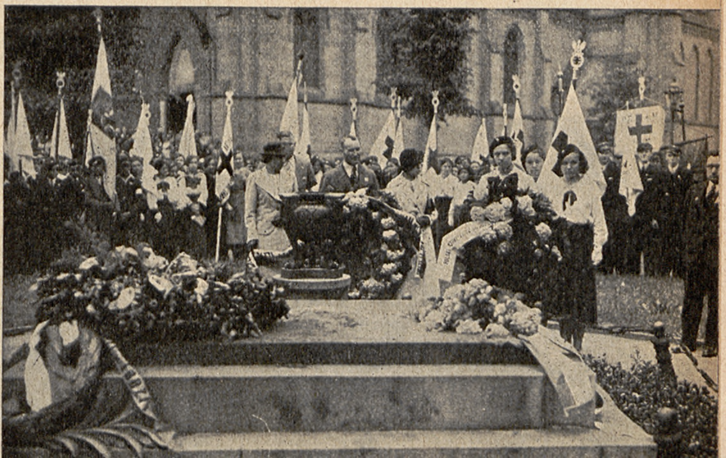
Oddział Łódzki P.C.K. przeprowadził „Tydzień" pod hasłem „Nieśmy pomoc w nagłych wypadkach sobie i innym". Dla spopularyzowania tego zagadnienia rozdano wszystkim obywatelom broszurki pod nazwą „Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach" w ilości 52 tysięcy sztuk.

Dnia 7 czerwca po uroczystem nabożeństwie w katedrze nastąpiło złożenie wieńca na grobie Nieznanego Żołnierza przez Koła Młodzieży, które w roku bieżącym obchodziły XV-lecie swego założenia. Następnie rozwinął się pochód liczący przeszło 6 tysięcy osób, w którym brały udział Koła Młodzieży, siostry P.C.K., drużyny ratownicze z wózkami, członkowie Kół, samochody sanitarne, samochody firm prywatnych udekorowane oraz drużyna „LOPP", współdziałająca z Czerwonym Krzyżem.

OKRĘG LWOWSKI.

JAK SIĘ ODBYŁA KONCENTRACJA DRUŻYN RATOWNICZYCH PCK. WE LWOWIE.

Godną pochwały inicjatywę podjął Zarząd Oddziału Lwowskiego PCK., przeprowadzając poraz pierwszy w końcu czerwca r. b. jednodniową koncentrację wszystkich drużyn ratowniczo-sanitarnych, znajdujących się na terenie miasta Lwowa i powiatów (drużyny czerwonokrzyskie, miejskie, eksterytorjalne).



W rocznicę XV-lecia Koła Mł. P.C.K. w Łodzi składają wieniec na grobie Nieznanego Żołnierza.







Ćwiczenia pokazowe na koncentracji drużyn ratowniczych P. C. K. we Lwowie.

Koncentracja odbyła się w obecności władz wojskowych, administracyjnych i czerwonokrzyskich. Ćwiczenia przeprowadzone były w odległości 10 klm. od Lwowa w Winnikach, dokąd drużyny rat.-san. wymaszerowały o godz. 5.30 ze Lwowa. Podczas marszu odbył się szereg ćwiczeń z zakresu obrony przeciwgazowej.

Ogółem wzięło udział w koncentracji 256 osób, które oddz. Lwowski wyżywił własnym kosztem z kuchni pol.

Ćwiczenia składały się z dwuch części: z ćwiczeń pokazowych i ćwiczeń polowych. W zakres ćwiczeń pokazowych wchodziły ćwiczenia praktyczne z musztry sanitarnej, z ratownictwa ogólnego, z uwzględnieniem transportu chorych oraz z obrony przeciwgazowej.

Ćwiczenia polowe przystosowano do warunków rzeczywistych, w myśl zasad OPLG. biernej. Odbyły się w atmosferze zagazowanej.

Ćwiczenia te przeprowadzone poraz pierwszy w ramach szerszego i szczegółowszego programu, dały możność poznania członkom drużyn ratowniczych jak w rzeczywistości powinna wyglądać praca i akcja ratownicza drużyn rat.-san. w terenie, z drugiej zaś strony władze bezpośrednio zainteresowane sprawami szkoleniowemi drużyn rat.-san. — miały sposobność przekonania się jakie postępy wykazały drużyny w dotychczasowym wyszkoleniu.

OKRĘG BIAŁOSTOCKI.
ZAKOŃCZENIE KURSU DLA DRUŻYN RATOWNICZYCH PCK. W GRAJEWIE.

Dnia 7 czerwca r. b. podczas „Tygodnia PCK." nastąpiło w Grajewie w obecności p. Starosty Świechowskiego, Prezesa Zarządu Oddziału PCK. dr. B. Sienkiewicza i rotm. 9 p.s.k. p. Tatarowskiego uroczyste rozdanie świadectw z ukończenia kursu dla drużyn ratowniczych PCK. przez miejscową młodzież.

Pan Starosta, po krótkiem przemówieniu, przystąpił do rozdania świadectw, które otrzymało 39 ratowniczek i ratowników. Stanowią oni obecnie zorganizowane drużyny ratownicze PCK. męską i żeńską. Wieczorem odbyła się taneczna zabawa czerwonokrzyska.

OKRĘG ŚLĄSKI.
JAK PRACUJE OKRĘG ŚLĄSKI P.C.K.

Zorganizowana w Katowicach latem r. b. wystawa pamiątek powstań Śląskich ściągnęła liczne rzesze publiczności, która wykazała m. in. wielkie zainteresowanie dla stoiska Polskiego Czerw. Krzyża, na którem była barwnie zobrazowana działalność tej instytucji w czasie wzmagań bojowych o wolność śląską.

Działalność pokojowa Okręgu Śląskiego PCK. rozwija się bardzo pomyślnie. Przedewszystkiem należy zwrócić uwagę na nowoczesny gmach w Lipinach przeznaczony na ośrodek zdrowia. Przychodnie przeciwgruźlicze na Śląsku istnieją w 17 miejscowościach. Prowadzone są przez fachowe siły lekarskie i higienistki, opłacane przez centralę katowicką.

Z biura PCK. w Katowicach w głównym sezonie co tydzień wychodziły transporty dzieci do uzdrowisk w Rabce Zdroju, Jastrzębiu Zdroju itd.

Dla dzieci, wyjeżdżających do letnisk, wybudował Okręg Śląski PCK. osobny zakład w Rabce. Liczba wysłanych w ostatnich 14-tu latach dzieci przekracza 26 tysięcy. Koszta wysyłki dzieci wyniosły przeszło 2 i pół miljona złotych.

GOŚCIE ZAGRANICZNI ODWIEDZAJĄ P. C. K.

W przeciągu letnich miesięcy, szereg gości zagranicznych, ściśle związanych z Czerwonym Krzyżem, odwiedził Zarząd Gł. P.C.K.: p. de Rougé, pełniący obowiązki sekretarza generalnego Ligi Czerw. Krzyży w Paryżu, prof. dr. Barons, prezes Łotewskiego Czerw. Krzyża, p. Marta Niemann, sekretarka Estońskiego Czerw. Krzyża Młodzieży, dr. Kin-ichi Nihonsugi, szef wydziału laryngologicznego w szpitalu Czerw. Krzyża w Osaka.

Drużyna rat. P.C.K. w Grajewie.



Drużyna rat. P.C.K. w Tarnowie.



OKRĘG POMORSKI.
Z ŻYCIA KOLONJI POLSK. CZERW. KRZYŻA W PUCKU.

Zamieszczamy poniżej opis pobytu dziatwy na kolonji P.C.K. w Pucku, zorganizowanej przez Okręg Pomorski.

Na kolonję zjechało 32 dzieci, w tem: 30 dziewczynek i 2 chłopców plus 6 osób dorosłych. Dzieci przybyły z całej Polski. Pobyt na kolonji rozpoczął się od Mszy św. po której jako kierowniczka kolonji przemówiłam do młodzieży w krótkich lecz serdecznych słowach, wspominając o ideologji czerwonokrzyskiej. Uczestniczki kolonji podzieliłam na 4 zastępy. W Kolonji obowiązywał regulamin i porządek dnia. Za punktualność, karność, porządek w salach była punktacja, za występy przy ognisku — również.

Program dnia był następujący: pobudka o godz. 7-ej rano, potem gimnastyka, mycie, ścielenie łóżek, wspólna modlitwa i śniadanie. Następnie plażowanie i kąpiel w morzu. W czasie deszczu pogadanki z dziedziny ratownictwa i higjeny. W międzyczasie zastępowe przygotowywały występy na ogniskach. Po powrocie obiad, drzemka i cisza — gry i zabawy, kolacja, spacer, pisanie dzienniczka, wspólna modlitwa wieczorna i cisza nocna.

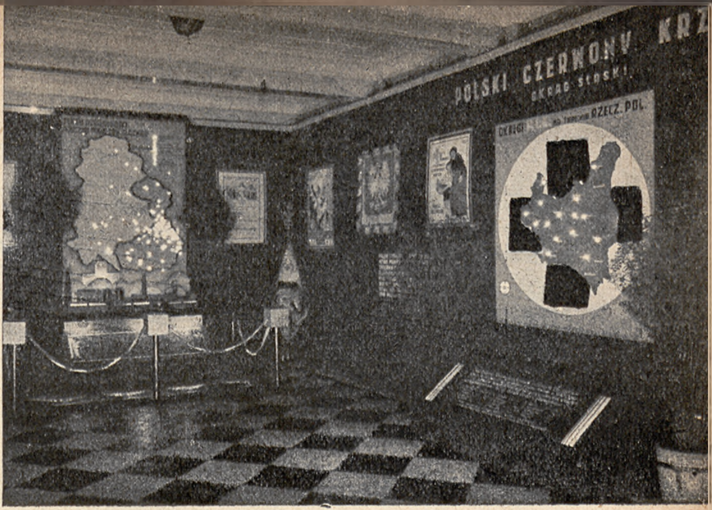
W pierwszym tygodniu, wskutek niepogody, ognisko odbyło się w sali jadalnej wieczorem po kolacji. Występy i chóry były bardzo udane. W drugim tygodniu — kolonja dała bardzo ładne przedstawienie w sali p. Łaszewskiej, i czysty dochód w kwocie 35 złotych złożyła na ręce p. burmistrza dla najbiedniejszej dziatwy Pucka.

W trzecim tygodniu kolonja urządziła ognisko w lesie — bardzo miły nastrój panował wśród dziatwy i publiczności.

Pierwszy tydzień był poświęcony na zżywanie się i poznawanie się wzajemne przy pogadankach i pracach przygotowawczych nad albumem mającym być pamiątką po pierwszej kolonji czerwonokrzyskiej, drugi tydzień był poświęcony próbom i gorączkowym przygotowaniom do przedstawienia, trzeci zaś — wycieczkom. A zatem na plażę do Hallerowa — na pełne morze. Ile radości i uciechy. Dalej do Gdyni, na Hel. Ile wrażeń! Dzieci zwiedziły łuszczarnię ryżu i cały port, objeżdżając motorówką, a potem statkiem na Hel, kupując dużo pamiątek. Dzieciarnia zadowolana z tylu wrażeń wróciła do Pucka, a następnego dnia wyjechała do Żarnowca nad granicę niemiecką. Zwiedzenie klasztoru pozostawiło na młodzieży niezatarte wrażenie, pomimo że to kilkanaście kilometrów, dzieciarnia wesoło maszerowała a potem spała doskonale.



Na zakończenie ostatniej niedzieli odbyła się zabawa w naszej jadalni. Wesoło było i miło. I nadszedł dzień ostatni — dzień pożegnań i łez. Jako kierowniczka kolonji pożegnałam dzieci, podziękowałam zastępowym za pracę i życzyłam wszystkim na dalszą drogę życia „Szczęść Boże". Na prawdę ciekawe jak ta dzieciarnia zżyła się i jak im trudno było się rozstawać.



Stoisko P.C.K. na wystawie pamiątek powstań śląskich w Katowicach.

Pożywienie było bardzo dobre. Uczestnikom kolonji przybyło od 1 do 3 kilogramów, mimo kąpieli w wodzie morskiej.

J. Żaczkówna.
Kierowniczka Kolonji PCK. w Pucku.

WYNIKI KONKURSU PRASOWEGO P.C.K.

Koukurs prasowy na artykuł propagandowy o Czerwonym Krzyżu, ogłoszony przez Zarząd Główny Polskiego Czerwonego Krzyża (Nr. 5 „P.C.K.", r. 1936, str. 89) dał następujące wyniki: 47 dzienników i tygodników zamieściło artykuły propagandowe o Czerwonym Krzyżu, poruszając różne zagadnienia związane z naszą działalnością. Sąd konkursowy, któremu przewodniczył wybitny literat i publicysta, Stefan Krzywoszewski, przyznał 5 nagród na ogólną sumę zł. 1.200.

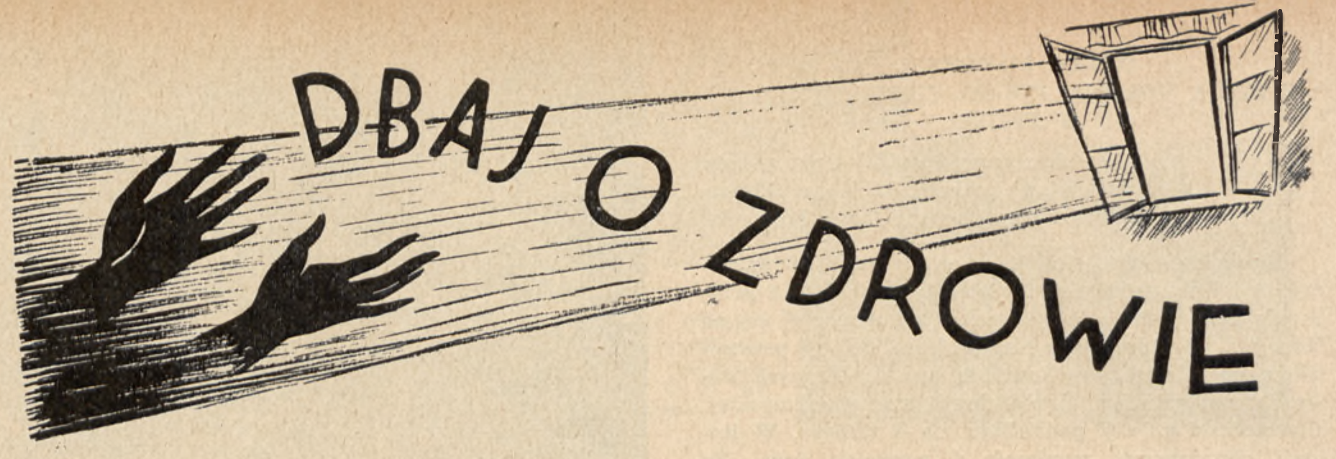
I nagrodę otrzymał znany dziennikarz Juljan Podoski (zł. 500) za reportaż „Czerwony Krzyż na Podlasiu", umieszczony w „Kurjerze Warszawskim".

Nagrodę II (zł. 250) przyznano za artykuł „Ponad pokojem i wojną", podpis Socjus senjor, umieszczony w tygodniku „Na Szerokim Świecie".

Pozatem przyznano 3 nagrody po zł. 150: a) Wacławowi Śledzińskiemu za artykuł „Wielcy jałmużnicy", pismo „Polska Zachodnia", b) Józefowi Kołodziejczykowi za artykuł „Trzy spotkania" w „Dzienniku Bydgoskim", c) autorowi artykułu bez podpisu „Ośrodki Zdrowia na wsi" w „Gazecie Polskiej".



Kolonja P. C. K. w Pucku. Przejazd kutrem po wybrzeżu gdyńskim.



Jak się należy żywić i jak odżywiać naszą młodzież

To, że należy się żywić prawidłowo dla nikogo nie przedstawia żadnej wątpliwości. Pod tym względem niema różnicy zdań. Jeżeli natomiast chodzi o to, jak się należy żywić i na czem polega prawidłowe żywienie — to panuje niezwykle wielka rozbieżność poglądów.

Wielu ludzi sądzi, że najlepszym przewodnikiem w doborze pożywienia jest instynkt. Należy tylko spożywać to co smakuje i jeść tyle ile potrzeba do zaspokojenia głodu i wszystko będzie w porządku. Tak jednak nie jest. Ani instynkt, ani apetyt, ani uczucie głodu, ani nabyte doświadczenie nie wystarczą do prawidłowego żywienia się. Weźmy kilka przykładów:

Dziecko zawsze łaknie słodyczy i gdy tylko ma sposobność nadużywa ich, choć potem dostaje zaburzeń żołądkowo-jelitowych, doprowadzających je często do wyniszczenia.

Pijak nałogowy gotów jest wyrzec się najbardziej wartościowych produktów dla zdobycia alkoholu. Człowiek otyły nie umie określić kiedy już zaspokoił swój głód itd. Apetyt jest więc bardzo kapryśny.

Naogół laicy określają wartość odżywczą pokarmów albo na podstawie ich zdolności do zaspakajania głodu albo na smaczności lub też na pochodzeniu produktów. Są to jednak bardzo niepewne sposoby oceny wartości produktów. W oparciu na nich powstał szereg fałszywych poglądów, które do dziś jeszcze pokutują wśród szerokich warstw ludności. Np. wielu sądzi, że spożywanie mózgu sprzyja rozwojowi umysłowemu, że potrawy z serca zwierząt wzmagają odwagę i waleczność, a spożywanie mięsa podnosi siłę mięśni.

Co się tyczy owoców to wartość ich ocenia się zwykle na podstawie zabarwienia w przekonaniu, że spożywanie różowych owoców sprzyja nabywaniu różowej cery.

Tym podobnych i niczem nieuzasadnionych poglądów pokutuje wiele wśród szerokich warstw ludności, i one często jeszcze decydują o wyborze tych czy innych produktów w żywieniu.

Organizm człowieka jest bardzo złożony pod względem budowy chemicznej. Składa się on z wody, białka, tłuszczów, węglowodanów i składników mineralnych, z których wymienię tylko parę np. wapń, fosfor, żelazo, jod, chlor, sod, potas itd.

Pozatem do normalnego przebiegu procesów życiowych potrzebne są jeszcze witaminy. Jedne z tych składników organizm zużywa do budowy nowych i odbudowy zużytych tkanek, a inne służą jako źródło energji do pracy i ogrzania ciała. Gdy któregoś z tych składników zabraknie powstaje wtedy określona choroba np. krzywica, czyli choroba angielska, w razie braku wapnia i witaminy D; anemja — gdy zamało jest w pożywieniu żelaza; wole — gdy zamało jest jodu itd. Gdy ten brak nie jest całkowity, ale ilość tego czy innego składnika jest zamała — wtedy może nie dojść do rozwoju żadnej określonej jednostki chorobowej, ale organizm wtedy rozwija się źle, wzrost jego jest upośledzony i odporność na choroby obniżona. Ludzie tacy są podatni na różne zakażenia np. czyraki, katary, zapalenia płuc itd. Można do nich zastosować stare polskie powiedzenie: „Na pochyłe drzewo i kozy skaczą".

Zarówno niedobór, jak i nadmiar różnych składników pokarmowych jest szkodliwy. Nowsze badania wartości odżywczej tego co spożywa ludność na wsi i w mieście wykazały, że żywienie to przedstawia wiele do życzenia. Powstała paląca potrzeba reformy żywienia najszerszych mas ludności, gdyż skutki wadliwego żywienia zdarzają się bardzo często.

Sprawą tą zajęła się Sekcja Ligi Narodów, która zwołała na zjazd największych znawców żywienia, celem ustalenia najlepszego jadłospisu, który mógłby być polecany jako wzór dla najszerszych warstw ludności. Jadłospisy te podaję na końcu artykułu.

Otóż produkty spożywcze różnią się między sobą nietylko wyglądem i smakiem, ale przedewszystkiem składem chemicznym. Np. produkty zbożowe, zawierają dużo węglowodanów (skorbji), znaczne ilości białka niepełnowartościowego, fosforu i żelaza (niezbyt omiełane). Natomiast bardzo mało jest w nich wapnia i witamin. Mięso jest dobrym źródłem pełnowartościowego białka, fosforu i żelaza, ale zawiera również mało wapnia i witamin, szczególnie C i D. Jarzyny i owoce źle nasycają głód, ale za to zawierają obfite ilości składników mineralnych i witamin. Zgruba możnaby podzielić środki żywnościowe na 6 grup, na podstawie podobieństwa ich składu. Poniżej załączona tabelka wykazuje jakie składniki odżywcze zawiera każda z grup produktów spożywczych.

Najczęściej w dietach ludzi jest zamało białka pełnowartościowego, soli mineralnych, szczególnie wapnia, fosforu i żelaza oraz witamin. Dlatego też w układaniu jadłospisu powinno się uwzględnić przedewszystkiem te produkty, które zawierają wspomniane składniki w obfitej ilości. Do produktów tych należą, mleko, jaja, mięso, ser, świeże jarzyny i owoce, oraz tran.

Produkty te nazwano ochronnemi, gdyż spożywanie ich chroni przed powstawaniem niedoborów pokarmowych. Inne produkty, a więc chleb i produkty zbożowe (kasze, mąka, ryż itp.), oraz tłuszcze i cukier nazywają się produktami energetycznemi, bo one dostarczają dużo energji (siły) do pracy.

W planowaniu sposobu żywienia się należy dążyć przedewszystkiem do spożywania odpowiednich ilości produktów ochronnych, a resztę dopełnić produktami energetycznemi w miarę potrzeby, aż do nasycenia uczucia głodu. Załączona poniżej tabela wyszczególnia ilości tych produktów dla dzieci i młodzieży w różnym wieku (wg. Komisji Fizjol. 1936).

Ilość gramów poszczególnych produktów spożywczych potrzebnych do prawidłowego żywienia dzieci i młodzieży.

TABLICA Nr. 1.

Nazwa produktów	Wiek dziecka				
	1—2	2—3	3—5	5—7	12—14
Produkty ochronne					
Mleko	750	1000	1000	1000	1000
1 jajko lub 30 g. mięsa ryby lub wątróbki	48	48	48	48	48
Mięso, ryby, wątróbka lub ser. . . .	—	—	—	30	90
Zielone jarzyny liśc.	30—60	30—60	60—100	100	250
Kart. lub inne okop.	30	50	100	150	300
Tran	3	3	3	3	3
Świeże jarzyny i owoce jako źródło witaminy C	Spożywać przez okrągły rok conajmniej raz na dzień				

Nazwa produktów	Wiek dziecka				
	1—2	2—3	3—5	5—7	12—14
Produkty energetyczne					
Tłuszcze (w miarę możności masło) .	7	10	15	20	Tłuszcze, cukier i produkty zbożowe w miarę potrzeby do każdorazowego zaspokojenia głodu i apetytu
Produkty zbożowe .	50	50	75	100	

Z tabelki tej widzimy, że w dziennym wykazie produktów dla dzieci od 1—14 lat wszędzie występują produkty ochronne w stopniowo zwiększających się ilościach, tak żeby mogły one zaspokoić wzrastające stałe zapotrzebowanie na różne składniki odżywcze. Młodzież w wieku powyżej lat 14 jeszcze nie ukończyła swojego wzrostu, dlatego też i ona powinna być żywiona ze specjalną troską. Ilość mleka może być zredukowana do ½ litra, ale zato powinno być zwiększone spożycie sera i mięsa. Pozatem młodzież w wieku powyżej lat 14 potrzebuje dużo energji na pracę mięśni. Zapotrzebowanie to przekracza często zapotrzebowanie człowieka dorosłego. Dlatego też należy jadłospis uzupełnić odpowiednią ilością tłuszczów, słodyczy i pieczywa oraz przetworów zbożowych. Najważniejszą rzeczą jest to żeby codziennie spożywać odpowiednią ilość produktów ochronnych. Jeżeli chodzi o to ile jeść, to najlepiej kierować się zasadą: „Jedz tyle żeby utrzymać wagę ciała w granicach norm”.



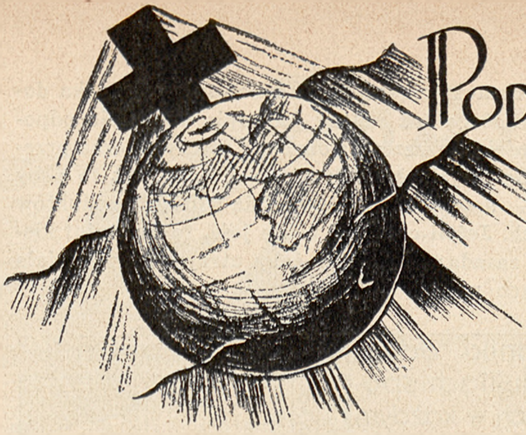
Wysokość słupka świadczy o zawartości tego czy innego składnika w danej grupie produktów. Słupki kreskowane w rubryce białka oznaczają że białko to jest niepełnowartościowe, natomiast w innych rubrykach — oznaczają one że dany produkt jest zmiennem źródłem tego składnika zależnie od omiału, gatunku produktu i t. d.

Amerykańskie prawidła racjonalnego żywienia.

1. Aby odżywiać się prawidłowo, należy spożywać codziennie conajmniej ½ litra mleka, dzieci — 1 ltr.
2. Codziennie dwie jarzyny; w tem codzień kartofle i jakąś drugą jarzynę, którą powinna być co drugi dzień marchew lub pomidory.
3. Codziennie świeże owoce. Jeśli te są niedostępne — to można je zastąpić surowemi lub konserwowanemi jarzynami, najlepiej liściastemi, które zawierają żółty lub zielony barwik (sałata, kapusta, marchew, szpinak, brukselka itd.). Owoce dają się najlepiej zastąpić pomidorami.
4. Codziennie rano i wieczorem produkty zbożowe: ciemny chleb i masło przy każdym posiłku.
5. Mięso nie więcej niż raz dziennie.

Resztę może sobie dopełnić każdy tem, co chce i na co go stać, zgodnie z amerykańską zasadą: „Jedz co chcesz, gdyś już zjadł, co powinieneś”.

Dr. Aleksander Szczygieł.



POD ZNAKIEM CZERWONEGO KRZYŻA NA SZEROKIM ŚWIECIE

Niemiecki Czerwony Krzyż na Igrzyskach Olimpijskich.

Olbrzymi zjazd międzynarodowy, który się odbył w Berlinie w czasie XI-tej Olimpjady, dał bogate pole pracy Niemieckiemu Czerwonemu Krzyżowi. Przeszło miljon osób przybyło z zagranicy oraz z całych Niemiec do Berlina. Już na kilka miesięcy przed tem, Niemiecki Czerwony Krzyż rozpoczął przygotowania, związane z usprawnieniem odpowiedniej służby sanitarnej, dostosowanej do niezwykłych warunków, które w przeciągu kilku tygodni zapanowały w stolicy Niemiec.

Należy wziąć pod uwagę, że codziennie przewijało się na olbrzymiem państwowem polu sportowem, rozbudowanem na peryferjach Berlina, sto kilkadziesiąt tysięcy osób, nie licząc młodzieży, przybyłej z 5-ciu części świata, biorącej udział w zawodach olimpijskich i stale narażonej na możliwość przemęczenia, wyczerpania i nieszczęśliwych wypadków.

Niemiecki Czerwony Krzyż przygotował i wyszkolił specjalną kolumnę czerwonokrzyską, złożoną ze 120 sanitarjuszy oraz 30 pielęgniarek. Na państwowem polu sportowem powstało 10 punktów ratowniczych, które były czynne od rana do nocy. Na każdym punkcie dyżurowali stale lekarz, 8 sanitarjuszy i 2 pielęgniarki.

Wszystkie punkty ratownicze były telefonicznie połączone z centralą leczniczą miasta Berlina, aby w razie naglącej potrzeby móc sprowadzić żądaną pomoc, lub też mieć możność zamówienia potrzebnej ilości łóżek w szpitalach.

Samochody sanitarne dyżurowały od rana do nocy.

Zwłaszcza dnia 1-go sierpnia w dniu otwarcia Igrzysk Olimpijskich przy wyjątkowo licznym napływie publiczności zostały wzmocnione i rozszerzone wszystkie urządzenia sanitarne.

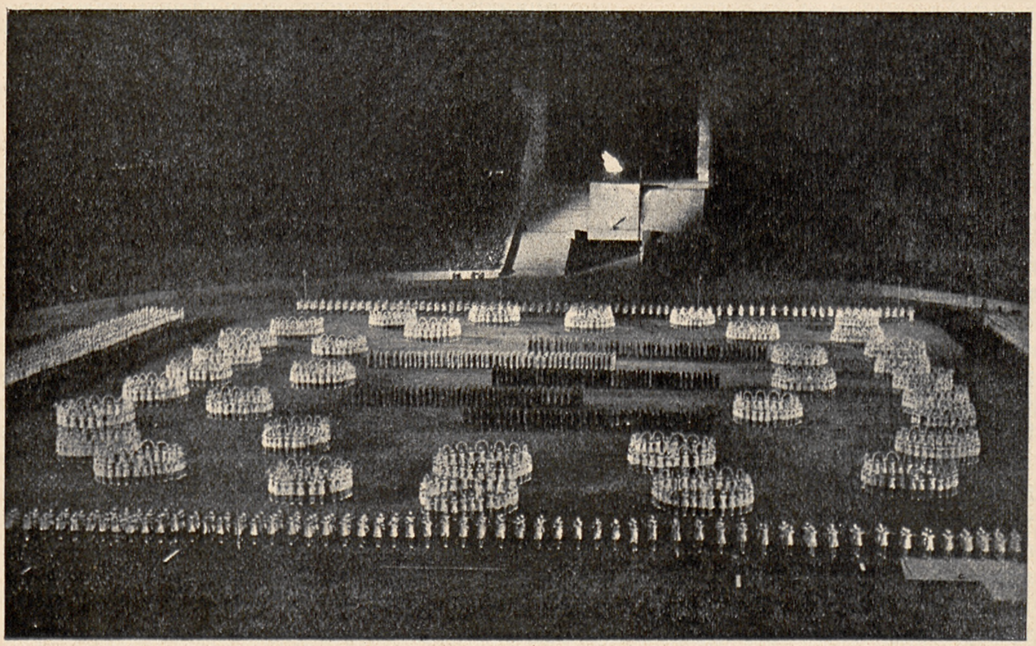
Dnia tego odbyło się wieczorem na stadjonie „Święto młodzieży". Przeszło 5 tysięcy dzieci wykonało gry i tańce rytmiczne przy dźwiękach wspaniałej orkiestry i przy śpiewach chóralnych.

Różnobarwne reflektory zalewały potokami światła prześliczny widok tańczącej grupami młodzieży. Jedyny w swoim rodzaju obraz pozostawił wszystkim obecnym niezatarte wspomnienie.

Niemiecki Czerwony Krzyż miał sobie również powierzone zorganizowanie służby sanitarnej przy licznych wspólnych kwaterach, przygotowanych dla tłumnie przybywających z kraju i z zagranicy zrzeszeń i stowarzyszeń młodzieży. W niektórych kwaterach umieszczono po kilkaset przyjezdnych.

Jednocześnie została zorganizowana w okolicach Berlina, w obrębie 100 kilometrów od stolicy, gęsta sieć posterunków pogotowia drogowego, czynnych pod znakiem Czerw. Krzyża

Widzimy z powyższego jak bardzo odpowiedzialna i intensywna praca przypadła w udziale Niemieckiemu Czerwonemu Krzyżowi podczas wielkiego „Święta Pokoju", jak Niemcy nazwali XI-tą Olimpjadę.



„Święto Młodzieży" na Stadjonie w Berlinie wieczorem dnia 1.VIII. 1936 r.

Drukarnia Piotr Pyz i S-ka, Warszawa, Miodowa 8.

Wydawnictwa i broszury Zarządu Głównego P.C.K.

RATOWNICTWO I HIGJENA. zł.

Zarys Higjeny Szpitalnej i Djetetyki. Kpt. Dr. Stanisław Wszelaki 0.50
Patologja Ogólna i Klinika Zagazowań Bojowych. Dr. Lustig . . . . 12.—
Co każdy członek drużyny ratowniczej PCK. wiedzieć powinien o gazach bojowych (II wyd.) 0.10
Ogólne zasady ratownictwa przeciwgazowego ludności cywilnej. Dr. Montrym - Żakowicz (II wyd.) 1.20
Podręcznik Ratownictwa. Dr. J. Misiewicz (IV wyd.) 0.60
Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach. Kartonik (III wyd.) za 100 egz. 0.80
Pierwsza pomoc w zatruciach gazami bojowemi. Kartonik. za 100 egz. 0.80
Jak sobie ma każdy radzić w razie uszkodzeń gazami bojowemi 0.05
za 100 egz. 4.—
Jak wychować zdrowe dziecko (popularna broszura z zakresu pielęgniarstwa i opieki nad matką i dzieckiem) do lat 3 . . . . . 0.20
Jak wychować zdrowe dziecko (popularna broszura z zakresu pielęgniarstwa i opieki nad dzieckiem) od lat 3 . . . . 0.20
Służba społeczna pielęgniarki. Prof. H. Radlińska 0.50

CYKL POPULARNYCH BROSZUR SANITARNO-HIGJENICZNYCH.

Chory w domu. (Krótki zarys i praktyczne wskazówki z zakresu pielęgniarstwa domowego) . 0.15
Czyste powietrze w izbie. Pop. broszura dla wsi w opracowaniu dr. M. Kacprzaka) . . . 0.15
Niepotrzebne zmartwienie (popul. broszura na temat higjeny jamy ustnej) 0.15
Co widziałem na wsi? (pop. broszura dla wsi w opracowaniu dr. Czesława Wroczyńskiego) 0.15
Co i jak należy jeść, aby być zdrowym (popul. broszura na temat racjonalnego odżywiania w oprac. Doc. Dr. G. Szulca, Dyr. Państw. Zakładu Higjeny) 0.15
Położnica w domu pop. broszura o przestrzeganiu wskazówek higjeny dla matek i otoczenia) w oprac. Dr. St. Przedpełskiego). . . . 0.15
Zdrowie na codzień (pop. broszura o zadaniach higjeny w życiu codziennem, w oprac. Dr. Rząśnickiego) 0.15
Suchotnik w domu (pop. broszura o gruźlicy) w oprac. Dr. J. Babeckiego 0.15
Dobra woda do picia (pop. broszura dla wsi) w oprac. Dr. J. Babeckiego 0.15
Złe przyzwyczajenia (pop. broszura o najważniejszych wykroczeniach przeciwko higjenie i zdrowiu) w opracow. Dr. A. Rząśnickiego 0.15
Wieś w obliczu wojny (pop. broszura o ratownictwie przeciwgazowem specjalnie dla wsi) w oprac. Dr. L. Krzewińskiego 0.15
Ratunku! Gaz! (pop broszura o ratownictwie przeciwgaz.) w oprac. Dr. L. Krzewińskiego . 0.15

WYDAWNICTWA OGÓLNO-PROPAGANDOWE.

A. Broszury.

„Wczoraj, Dziś i Jutro" Pol. Czerw. Krzyża (pop. brosz. o PCK.) M. Ulrichsowa, II wyd. 0 20
Międzynarodowa Organizacja Czerw. Krzyża . 0.30
Polski Czerwony Krzyż w słowie i pieśni (brosz. zawierająca materjał do obchodów) . . . 0.50
Kazania o PCK. (broszura dla duchowieństwa z przedmową Biskupa Polowego Wojsk Polskich J.E. J. Gawliny) 0.30
Co mogą uczynić kobiety dla PCK. 0.15
Wóz, samochód i samolot w służbie PCK. (pop. broszura na temat rozwoju prac PCK. i lotnictwa sanitarnego) 0.15
Czerwony Krzyż na szerokim świecie. (pop. broszura propagandowa o wszechświatowym zasięgu prac Czerwonego Krzyża) Zofja Wołłowiczowa 0.20
Czy jesteśmy potrzebni? (pop. broszura o przygotowaniach PCK. na wypadek wojny i katastrof) 0.15
Młodzi pod znakiem Czerwonego Krzyża. (pop. broszura o zadaniach Polskiego Czerwonego Krzyża wśród starszej młodzieży) . . . 0.15
Broszurka ilustrowana barwna (specjalnie na Tydzień) 0.05
Ilustrowana minjaturka propagandowa (fotomontaż) . . . . za 100 szt. 0.50

B. Afisze, ulotki, nalepki, znaczki i t. p.

Afisz prop. 3 kol. 70 × 100 cm. (z siostrą) . 0.20
Nalepki na okna à 20 gr. . . za 100 szt. 1.—
Ulotka prop. werbunkowa . . za 100 szt. 0.50
Plakaciki prop. do naklejania na murach „Kup znaczek i nalepkę PCK." . . za 100 szt. 0.25
Plakaciki prop. do naklejania na murach „XV lat istnienia PCK. — Czy jesteś już członkiem P. C. K." — za 100 sztuk 0.25
Plakaciki prop. werbunkowe do witryn sklepowych („Firma nasza jest członkiem PCK.") za 100 szt. 0.25
Znaczki kwestowe metal. (z hasłem) za 100 szt. 3.—
Znaczki kwestowe papierowe — za 1.000 szt. . 0.80

BROSZURY i WYDAWNICTWA DLA KÓŁ MŁ. PCK.

„Dzień Matki" (materjały na obchód Dnia Matki, piosenki, wiersze i t. p.) 0.40
Zbiór komedyjek dla dzieci 0.40
Zbiór komedyjek dla młodzieży 0.40
Jak powstał Czerwony Krzyż. Z. Wołłowiczowa (dla młodzieży) 0.15
Ulotka o Kołach Młodzieży P. C. K. za 100 szt. 0.60
Ulotka o korespondencji międzyszkolnej . 0.02
Ulotka o konkursach zdrowia — za 100 szt. . 0.60
Pocztówki propagandowe Kół Mł. PCK., ilustrujące 10 haseł Kół Mł. PCK. (serja barwnych pocztówek — 10 egz.) 0.40
Komplet druków informacyjnych o Kołach Mł. (regulamin, wskazówki, ulotki) 0.20
Karty do Konkursu zdrowia 0.02
Klimcia - Straszek. J. Porazińska 0.70
Hymn Kół Młodzieży PCK. 0.40
Nasze Rośliny Lekarskie. W. S. Strażewicz . 1.—

INSTRUKCJE, REGULAMINY, OKÓLNIKI, LEGITYMACJE, ZNACZKI.

Statut i rozporządzenie Prez. R. P. . . . 0.25
Korpus Sióstr PCK. (regulamin) 0.40
Korpus Sióstr PCK. (umundurowanie) . . 0.40
Świadectwa dla Sióstr Pog. San. PCK. z ukończenia kursu — 1 egz. 0.15
Wykaz Ewidencyjny S.S. Pog. San. PCK. . 0.01
Karta Ewidencyjna S.S. Pog. San. . . . 0.02
Zobowiązanie dla Sióstr PCK. 0.01
Program i organizacja pracy PCK. w zakresie higjeny społecznej 0.05
Kwitarjusze (przychodowe z dawn. zapasów) . 0.40
Karty dla członków rzeczywistych za 100 szt. 0.70
Karty dla członków dożywotnich . za 100 szt. 0.70
Karty dla członków Kół Mł. PCK. . . . 0.02
Znaczki PCK. do naklejania na karty członk. opłaconych składek: po 10 gr, 25 gr., 50 gr. za 1000 szt. 1.—
Znaczki - mareczki PCK. do naklejania na podania w urzędach itp. po 10 gr., 20 gr., 50 gr., 1.— zł. za 1000 szt. . . . . . . 1—
Odznaki dla Instr. druż. rat. I kl., II kl. i członków druż. rat. 1.20
Znaczki dla Kół Mł. PCK. (broszki) . . . 0.25
Znaczki członkowskie emaljowane (na szpilkach, agrafkach i zakrętkach) 0.25
Znaczki dla członków dożywotnich . . 2.50

Mat. prop. wykonane na zamówienie.

Film prop. szkoleniowy „In Pace et in bello caritas" (1027 metr.). 1 kopja . . . . 950.—
Film dźwiękowy propagandowy „Czuwajmy" (1 kopja) . . . . 400.—
Serja przezroczy propagandowych szklanych (30 przezroczy ilustr. różne działy pracy PCK.) . 30.—
Przezrocza filmowe „Ornak" (wraz z broszurką opisową):
„P. C. K. przy pracy" . . . . . . 4.—
„Radosna Praca" . . . . . . 4.—
„Ośrodki zdrowia P. C. K." . . . . 4.—

Zamówienia tylko za zaliczeniem pocztowem, o ile jednocześnie przy zamówieniu nie będzie wypłacona należność do P.K.O. Konto czek. 10.540.
Nabywać można w Biurze Zarządu Głównego P. C. K. Wydział Propagand.-Wyd. Warszawa, Smolna 6 (tel. 235-29).

Drukarnia
PIOTR PYZ i S-ka
w Warszawie
Miodowa 8